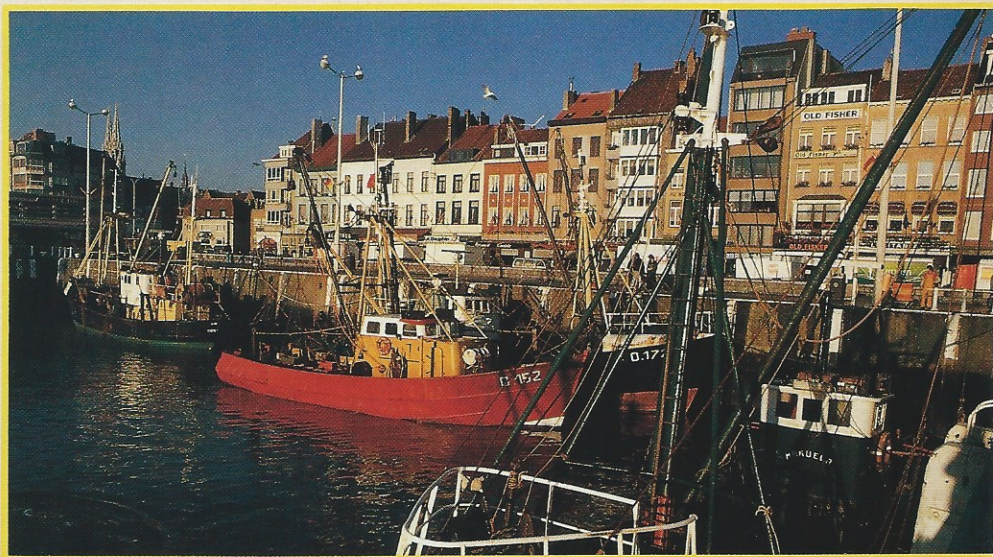


ASTRONOMIE



Sole à l'Ostendaise - Recept

Ingrediënten: Filets van 4 tongen,
1/4 l witte wijn, 2 dl room, 190 gr garnalen,
100 gr gekookte mosselen, 1 ei.

Bereiding: Pocheer de tongfilets in
1/4 l witte wijn. Neem de gare filets uit
kookvocht in kokken mosselen, 1 ei.
Neem de pan van het vuur. Laat het
de room met de room tot ongeveer de helft.
en roer dit mengsel door het formis. Meng
kookvocht en de gekookte garnalen toe. Meng
kruiden met peper en zout. Rol de filets
op van de staart naar de kop en overgiet
ze met de saus.
Op dienen met pommes
dutchesse.

